

# Profil de 2 patineurs

## Des Individualités dans un Sport de Groupe

Les 6, 7 et 8 Mai prochains se dérouleront les Championnats d'Europe de Patinage Artistique de groupe. Rencontre des plus grands patineurs européens, cette compétition est synonyme de spectacle et d'émotion. Mais le patinage artistique est aussi une discipline exigeante, demandant travail et persévérance. C'est un sport collectif, qui repose cependant sur une forte implication individuelle de chacun des membres de l'équipe. Nous vous proposons donc de rencontrer 2 patineurs, afin de découvrir le chemin qui mène de la passion au sport de haut niveau.

### **Pratiquer le patinage à haut niveau : rencontre avec une des patineuses les plus titrées de France**

Amélie AVERTY a 27 ans. Mariée et étudiante pour devenir professeur des écoles, elle a débuté le patinage artistique à l'âge de 9 ans. Formée au club de l'AL Saint Sébastien, elle patine actuellement à l'ORS où les titres de Champions de France se succèdent.

***Toi qui as suivi le STAPS, tu t'intéresses à énormément de sports ! Pourquoi as-tu choisi le patinage artistique ?***

J'ai découvert ce sport par hasard. A 8 ans, j'ai essayé l'activité roller dans un centre de loisirs. L'animatrice m'a indiqué le club dans lequel elle pratiquait. Je me suis inscrite à l'école de patinage et j'ai alors découvert le patinage artistique.

***Quelles sont tes sensations par rapport à la danse, à la gymnastique acrobatique ou autre ?***

Le patinage artistique est pour moi un bon compromis entre ces diverses disciplines. En effet, il exige à la fois souplesse, grâce, sens du rythme, coordination et tonicité.

***Nous voyons que d'autres athlètes partent du roller pour pratiquer sur la glace, notamment en course. Est-ce que cela t'a tenté de faire du patinage artistique sur glace ?***

J'ai suivi deux cours de patinage sur glace et j'ai beaucoup apprécié. J'ai réussi à faire quelques doubles sauts, ce qui m'avait fortement étonné. Les patins sont plus légers et c'est beaucoup plus facile de prendre de la vitesse. Mais j'ai quand même fait le choix de rester sur les roulettes car mes amies y étaient et que je ne souhaitais pas « endetter » mes parents avec mon sport.

***Revenons au patinage sur roulettes... Depuis quand pratiques tu le patinage de groupe ?***

Depuis neuf saisons sportives déjà !!!

***Et comment t'es-tu intéressée au patinage de groupe ?***

Je pratiquais le patinage artistique en individuel depuis mes débuts... Mais c'est l'envie de faire parti d'un collectif qui m'a séduite dans cette discipline. J'ai combiné la pratique de ces deux disciplines dans un premier temps, mais il a fallu faire un choix, car c'est beaucoup de travail et de concessions au quotidien...

***Que t'apporte le patinage de groupe ?***

Comme je l'ai précisé, le sport collectif, mais surtout la partie chorégraphique qui oblige également un effort d'interprétation qui me ravi !!! C'est un sport très complet, où la recherche de la perfection technique est omniprésente et s'ajoute à la difficulté du synchronisme... C'est un vrai plaisir de se remettre en question toutes les saisons, afin d'étonner en présentant une approche différente des précédentes...

***Es-tu es sélectionnée aux prochains championnats d'Europe à Nantes ?***

Oui...c'est génial !!! J'y participerai en Quartet et en Show Petit Groupe !!!! C'est ma neuvième sélection aux Championnats d'Europe et une des plus belles puisque ce sera « à la maison » ... !

***Neuf championnats d'Europe ! Combien d'heures d'entraînement hebdomadaires sont nécessaires pour atteindre ce au haut niveau ?***

Par semaine, nous n'avons que trois heures d'entraînement pour le show et deux heures pour le quartet. A cela s'ajoutent quelques stages au cours de la saison afin de peaufiner les programmes à l'approche des compétitions. Certes, ça ne semble pas beaucoup pour une équipe qui participe régulièrement aux championnats d'Europe, mais il faut savoir partager les disponibilités des équipements sportifs entre les différentes disciplines du club. De plus, nous avons tous une vie professionnelle à mener à côté de notre passion. Je pense également à

certaines de nos co-équipières qui ont fait le choix à un moment donné de patiner pour l'ORS alors qu'elles habitaient à plusieurs centaines de kilomètres (Bordeaux, Paris, Bayonne).

***Et dans les programmes que tu as exécutés, lequel a été le plus important ?***

Pour moi, ils sont tous très importants, car chacun d'eux représente l'investissement d'une saison entière. Cependant, je dois avouer que lorsque des championnats internationaux ont lieu en France, la motivation est plus forte.

***D'après toi, quelles sont les nations qui dominent la discipline et qui sont favorites pour cette saison 2010 ?***

Sans hésiter, l'Italie et l'Espagne ! Ils m'évoquent à la fois perfection et inaccessibilité ! Leur approche semble beaucoup plus professionnelle que la notre. Ils n'hésitent pas, par exemple, à faire des associations de clubs pour élever le niveau de performance de leurs groupes. De plus, ils ont beaucoup plus d'heures d'entraînement que nous au cours de la semaine. Ce qui leur permet de consacrer plus de temps à leurs chorégraphies et au travail technique. Cela vient évidemment du fait que le patinage artistique à roulettes bénéficie d'une vitrine médiatique plus importante, donc des installations sportives plus nombreuses et mieux adaptées. Il y a quelques années, il était encore envisageable de viser un podium européen. Désormais, c'est beaucoup plus difficile, car le fossé s'est agrandi du fait de l'inégalité des moyens dont nous disposons.

***Et la France aujourd'hui et demain ?***

C'est difficile à dire... Je pense que nous valons une place parmi le top 10 dans chacune des catégories.

***Avant de te laisser, quels conseils donnerais-tu aux jeunes pour qui vous êtes des références ?***

Travaillez davantage votre technique de manière individuelle. Ne restez pas sur vos acquis, et ne pensez pas que vous êtes meilleurs que les autres au sein de votre équipe. Notre discipline est collective. Il faut donc avoir à l'esprit que c'est l'évolution de chacun qui rend le groupe plus performant. Enfin, restez humbles ! Certes nous participons à des championnats d'Europe, voire du Monde, avec 4 à 8 heures d'entraînement hebdomadaires. Mais n'oubliez pas que pour atteindre le haut niveau dans les disciplines olympiques, cela nécessite 10 fois plus d'entraînements !

***Que pouvons-nous te souhaiter alors pour ces Championnats d'Europe ...???***

Du plaisir partagé sur la piste avec mes partenaires d'entraînements, avec le reste de l'équipe de France, mais aussi avec tous les supporters français, qui j'en suis sûre, seront super

nombreux... !!! Quand au reste... c'est à « l'impitoyable jury » de décider... juste à nous de faire le mieux possible pour ne rien avoir à regretter...

## **Travailler pour atteindre la sélection : se donner les moyens de réaliser son rêve**

Steven MONET est formateur pour un concepteur de logiciels pour l'infrastructure. A 25 ans, il est l'un des rares garçons qui pratiquent le patinage artistique. Il vient d'être sélectionné pour les Championnats d'Europe pour la toute première fois de sa vie, avec son groupe de Nantes Synchro Team, et leur programme « Inspiration 70 ».

### ***Quand as-tu commencé le patin ?***

J'ai commencé le patin il y a dix ans.

### ***Etre un homme dans ce sport largement pratiqué par des femmes te pose-t-il problème ?***

Non, le patinage artistique à roulettes est un sport qui demande beaucoup de concentration et de rigueur pour les filles comme pour les garçons. Je trouve que les filles ont plus de grâce et d'expression. Elles sont bien mises en valeur par les tenues, je veille à ce que la mienne ne me donne pas un aspect trop efféminé. Du moment qu'on ne me force pas à porter la jupette!!!

***Dans quelle(s) discipline(s) patines-tu ?***

Je pratique à la fois le show et le précision. Mais j'ai une légère préférence pour le précision, car c'est dans cette discipline que j'ai fait mes premières compétitions.

***La pratique de ce sport a-t-elle des implications dans ta vie personnelle ?***

Le patinage est une priorité pour moi. C'est un plaisir pour moi d'y aller et de retrouver mes camarades. On se voit même en dehors pour des sorties autres que le patinage !

Cependant, allier la vie professionnelle avec le patin n'est pas toujours chose aisée. J'ai la chance de ne pas travailler le weekend, ce qui me permet d'être là aux entraînements hebdomadaires. Mais comme je ne suis plus étudiant, je ne dispose plus des vacances scolaires, périodes où l'on rajoute en général des entraînements en semaines. Je dois également prendre des jours de congés pour certaines compétitions qui se déroulent sur plusieurs jours.

***Quels sont tes points forts vis-à-vis du groupe ?***

Aucun en particulier. Nous sommes une équipe, donc à partir du moment où il manque quelqu'un, c'est toute l'équipe qui en pâtit. Je fais en sorte de ne pas rater les entraînements et de ne pas ralentir le groupe.

***Comment es-tu arrivé à cette sélection avec ton groupe ?***

Une bonne cohésion dans l'équipe dirigée par de bons entraîneurs (Merci à eux!!!), une certaine discipline pendant les entraînements, et une bonne préparation physique. D'un point de vue personnel, je me suis appliqué à revoir les numéros à pied chez moi en semaine pour être au point et ne pas perdre de temps à chaque entraînement.

***Participer à ces championnats, que cela représente-t-il pour toi ?***

C'est la récompense du travail que nous avons fourni pour y arriver. Et c'est une chance, nous allons pouvoir nous mesurer à d'autres nations. En plus, les championnats d'Europe se déroulent chez nous !

***Quels sont tes objectifs lors de cette compétition ?***

Faire le numéro du mieux qu'on peut et se faire plaisir, pour ne rien regretter après l'annonce des résultats.

***As-tu envie de rajouter quelque chose ?***

Oui ! Le patin, c'est une grande famille ! L'ambiance y est conviviale, il y a beaucoup d'entraide et de solidarité. Je voulais aussi dire merci aux bénévoles qui sont présents toute l'année, et notamment aux couturières qui confectionnent nos tenues. La couture, ce n'est pas mon fort !!!